

Tesis de Licenciatura en Musicoterapia

Musicoterapia y prevención del Burn Out

Autoras:

Mt. María Fernanda Rodríguez

Mt. Flavia Kinigsberg

Tutora de tesis:

PhD. Patricia Pellizzari

Lic. en Musicoterapia



USAL

UNIVERSIDAD DEL SALVADOR

Año 2010

A nuestros padres

Elda y Ramón,

Ruly e Icek.

*Oda A La Vida de Pablo Neruda
(Fragmento)*

*... Vida,
eres como una viña:
atesoras la luz y la repartes
transformada en racimo.

el que de ti reniega
que espere
un minuto, una noche,
un año corto o largo,
que salga
de su soledad mentirosa,
que indague y luche, junte
sus manos a otras manos,
que no adopte ni halague
a la desdicha,
que la rechace dándole
forma de muro,
como a la piedra los picapedreros,
que corte la desdicha
y se haga con ella
pantalones.
La vida nos espera
a todos
los que amamos...*



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

Agradecimientos

Agradecemos en principio el estar ejerciendo esta profesión que amamos, Agradecemos a los creadores de la carrera, a nuestros maestros y formadores, a nuestros pacientes y a los beneficiarios, a nuestros colegas, a nuestros equipos de trabajo. A nuestros deseos, motores para estar donde cada una se encuentra hoy.

Con mucho empuje tomamos la decisión de cursar la licenciatura, de realizar esta tesis de investigación. Y como suele suceder cuando hay puesto deseo y pasión en lo que uno realiza, hay mucho agotamiento pero también mucha satisfacción, lo que ayuda a sostener y a continuar.

Valoramos el haber podido trabajar en forma conjunta en este emprendimiento. Investigamos en torno al estrés laboral crónico y llegamos a varias conclusiones, una tiene que ver con las fortalezas que puede ofrecer el trabajo en equipo, cuando el mismo es un espacio de integración, de contención, de construcción colectiva. De eso se trató la elaboración de esta tesis, pudiendo tomar roles diferentes, pudiendo apoyarse y contar la una con la otra, encontrándonos y desencontrándonos, para volver al encuentro y a la materialización de cada paso.

El equipo contó también con una aliada fundamental que es nuestra tutora Patricia Pellizzari, a quien estamos profundamente agradecidas. Una tutora que supo acompañar, respetar los tiempos, valorar los avances, guiarlos también. Que supo impulsar y aportar preguntas, opiniones o críticas que siempre ayudaron a construir. Gracias Patricia, por todo.

Agradecemos muy especialmente a Gabriela Wagner, quien entre tantas tareas que la convocan supo hacerse de tiempos para escucharnos, para interiorizarse de nuestro

recorrido en el momento mismo del andar y supo aportar siempre lúcidas sugerencias que enriquecieron, organizaron y guiaron esta construcción.

Agradecemos a María Celia Pérez, quien siempre con la mejor disposición y calidez se dispuso a responder nuestras consultas y a encontrar formas para llegar a esta meta.

También queremos agradecer a todos los que nos permitieron realizar el trabajo de campo, al área de Atención Primaria del Municipio de Morón, a Yamila Comes especialmente, a cada profesional de la salud, personal y coordinadores que se dispusieron para que podamos concretar el proyecto como estaba diseñado.

Queremos reconocer la colaboración desinteresada de quienes prestaron su compañía aportando a que el trabajo sea más distendido y disfrutable, que dictaron numeritos y numeritos y ayudaron en la construcción de la gran mátrix, ellos son Icek y Josefina. A Julieta que nos acompañó en el trabajo de campo. ¡Gracias a los tres!

También queremos darle las gracias a Yanina que nos alojó (en forma concreta) y acompañó en este proceso.

No queremos dejar de nombrar y agradecer a Sergio Castro que nos supo sostener, alentar y alimentar en este largo camino.

Para terminar queremos agradecer el empuje y el acompañamiento de todos nuestros lindos y queridos, nuestras lindas y queridas, amigos y amigas.

¡Gracias a todos!

Flavia y María Fernanda

ÍNDICE

ÍNDICE DE GRÁFICOS	7
INTRODUCCIÓN	8
1. PLANTEO DEL PROBLEMA	12
1.1. PREGUNTAS DE LA INVESTIGACIÓN.....	14
1.2. JUSTIFICACIÓN Y VIABILIDAD	15
1.3. OBJETIVO GENERAL	16
1.4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	16
2. MARCO TEÓRICO.....	17
2.1. INTRODUCCIÓN.....	17
2.2. ACERCA DEL BURN OUT	18
2.3. INVESTIGACIONES Y LEYES SOBRE BURN OUT	21
2.3.1. En la actualidad internacional	21
2.3.2. En la actualidad nacional.....	22
2.4. EL BURN OUT DESDE UNA PERSPECTIVA SOCIO - CULTURAL.....	24
2.5. BURN OUT Y SU IMPORTANCIA DIAGNÓSTICA	27
2.6. MUSICOTERAPIA EN EL ÁMBITO DE LA PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN.....	28
2.7. BURN OUT DESDE LA PERSPECTIVA DE ESTE ESTUDIO	31
3. ELEMENTOS METODOLÓGICOS	33
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN	33
3.2. TIPO DE DISEÑO	34
3.3. HIPÓTESIS	34
3.4. VARIABLES.....	35
3.4.1. Variables Dependientes	35
3.4.2. Variables independientes	39
3.5. MUESTRA.....	41
3.5.1. Contexto territorial de la Muestra: Sistema Único Municipal de Salud.....	41
3.5.2. Centros de atención primaria de la salud (CAPS) – Municipio de Morón.....	42
3.5.3. Recursos Humanos de los CAPS.....	43
3.5.4. Equipo de Salud.....	45
3.5.5. Selección de la Muestra	46
3.5.6. Representatividad y procedimiento de selección	46
3.5.7. Tipo de muestra	47
3.6. RECOLECCIÓN DE DATOS.....	47
3.6.1. Instrumento N° 1	48
3.6.2. Instrumento N° 2	49
3.6.3. Instrumento N° 3	50
3.6.4. Técnica musicoterapéutica expresiva: Sonograma de conflictos grupales.....	52
3.6.5. Técnica Musicoterapéutica receptiva con improvisación del MT	53
3.7. DESARROLLO DE LA EXPERIENCIA	55
3.7.1. Perfil de los equipos de salud	59
4. ANÁLISIS DE LOS DATOS.....	61
5. CONCLUSIONES.....	71
5.1. PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS	71
5.2. PROPUESTA	78
BIBLIOGRAFÍA.....	80

ANEXO	84
I. TRABAJO DE CAMPO - CUESTIONARIOS	84
PRIMER CUESTIONARIO:	84
SEGUNDO CUESTIONARIO: MBI	85
TERCER CUESTIONARIO	86
II. GRÁFICOS DE TÉCNICA EXPRESIVA: SONOGRAMA DE CONFLICTOS GRUPALES.....	87
III. TEXTO DE LA LEY 2578	88
IV. MATRIZ GENERAL.....	90
V. MATRIZ DE MBI	91

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO Y/O TABLA Nº 1 – CONOCIMIENTOS DEL BO	61
GRÁFICO Y/O TABLA Nº 2 – CAUSAS DEL BO	62
GRÁFICO Y/O TABLA Nº 3 – CONSIDERACIÓN DE RIESGO Y/O PADECIMIENTO DEL BO	64
GRÁFICO Y/O TABLA Nº 4 - NIVEL DE BO SEGÚN MBI.....	65
GRÁFICO Y/O TABLA Nº 5 – INTERÉS EN INFORMARSE ACERCA DEL BO PARA EL AUTOCUIDADO.....	67
GRÁFICO Y/O TABLA Nº 6 – INTERÉS EN PARTICIPAR DE ACCIONES PREVENTIVAS EN RELACIÓN CON EL BO	67
GRÁFICO Y/O TABLA Nº 7 – CONOCIMIENTOS SOBRE MUSICOTERAPIA EN PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN.....	68
GRÁFICO Y/O TABLA Nº 8 - APORTES DE LA MUSICOTERAPIA A LA PREVENCIÓN DEL BO	68
GRÁFICO Y/O TABLA Nº 9 - ARGUMENTO CUALITATIVO DE APORTES DE LA MT A LA PREVENCIÓN DEL BO (RESPUESTA AFIRMATIVA).....	69

USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

Introducción

Trabajar en salud, ¿podría ser insalubre? ¿Podría enfermar? Esta tesis se desarrolló pensando en la salud de los profesionales y del personal que se desempeñan en el área de atención primaria de la salud (APS).

Se buscó investigar la opinión de los profesionales y del personal de la salud en torno al síndrome de Burn Out, tan en boga en estos tiempos, y los recursos de prevención que valoran. Se considera oportuno indagar el conocimiento que poseen respecto del nombrado síndrome, también la autopercepción y el registro de riesgo de padecimiento y por último la consideración que poseen sobre estrategias de prevención, específicamente buscando conocer el valor que dicha población le otorga a disciplinas con recursos lúdicos y expresivos como lo es la musicoterapia.

Este estudio surgió de las preguntas y experiencias de las autoras que se desarrollan, desde hace ya varios años, en el ámbito de la salud, tanto a nivel público como privado. La cercanía y familiaridad con la realidad a indagar y el formar parte de diversos equipos de salud resultaron instancias habilitadoras para concretar el presente trabajo.

Un elemento que se considera como fundamental en la gestación de esta investigación es la experiencia personal de las autoras con la música y experiencias sensibles afines (actividades grupales, expresivas, etc.). Las autoras encontraron en dichas vivencias la motivación y recursos de afrontamiento ante la complejidad de la realidad laboral.

El ejercicio profesional dentro de un equipo multidisciplinario de musicoterapeutas sostenido a lo largo del tiempo ha sido una experiencia que ambas autoras han vivido.

Al analizar dicha vivencia se encontraron elementos que suelen estar presentes en el ejercicio de la disciplina y que aportaron a la propia prevención del estrés de los integrantes de cada equipo. Algunos de dichos elementos o recursos son: capacitación y

formación en grupo, reuniones periódicas, intercambio de ideas fluido, libertad y valoración de las diferencias, desarrollo de roles claros y flexibles, experiencias grupales en torno a lo expresivo y musical (juegos musicales, improvisaciones, interpretación musical), resolución de conflictos por medio de expresarse y ser escuchado, entre otros.

Se realizará un recorrido por el ejercicio profesional de cada una de las autoras dando cuenta de hechos significativos asociados a esta investigación.

Una de las autoras, Ma. Fernanda Rodríguez, trabaja en hospitales públicos desde hace 16 años, lo cual supone un contacto directo con diferentes equipos de trabajo dentro del ámbito de la multi y la interdisciplina. Esta experiencia le aportó un profundo aprendizaje tanto en lo referente a lo institucional como a lo personal, como así también formación, reconocimiento profesional y una amplia experiencia a nivel clínico. Este recorrido no estuvo ajeno a los obstáculos propios de los sistemas de salud a nivel político - institucional, como ser el haber atravesado más de 15 años de trabajo ad honorem. Esto también se lo considera germen de la investigación.

Además del trabajo no remunerado, se detectaron otros elementos de incidencia en la salud de los profesionales: la inconstancia de los integrantes de los equipos, los vínculos de poder, las competencias entre profesionales, el enfrentamiento teórico o la rigidez en las ideas, la despersonalización de los vínculos entre pares y con los pacientes, la falta de reconocimiento al trabajo realizado, el exceso de horas de atención, entre otros.

Otra de las autoras, Flavia Kinigsberg, se desempeña como musicoterapeuta desde hace 15 años en instituciones públicas y privadas. Atravesó diversas instancias de aprendizaje y experiencias en el ámbito de la salud tanto con niños como con adultos. En el nivel público los primeros años de trabajo fueron ad honorem, encontrando coincidencias en los obstáculos descriptos anteriormente. En el nivel privado también se

observaron múltiples variables, tanto favorables como desfavorables en relación al cuidado y valoración de la tarea profesional. En múltiples ocasiones se encuentran instituciones regidas por intereses económicos, que se encuentran por encima de los intereses de la salud, tanto de los pacientes como de los profesionales que allí se desempeñan. Muchas veces estas instituciones están más interesadas en sumar prestaciones y actividades que les permitan exhibirse y mostrar una buena imagen, más allá del contenido y la calidad de las mismas. Bajo estas circunstancias es poco frecuente la presencia de trabajo en equipo, reuniones, ateneos, supervisiones, espacios de formación y estímulo, ya que se considera prioritario que el profesional cumpla con la atención de pacientes.

En los últimos años la citada musicoterapeuta se desempeña en el ámbito de la salud pública en atención primaria en el municipio de Morón, como supervisora en el Equipo ICMus comunitario y como co-coordinadora de grupos de niños y adolescentes. El equipo conquistó ese espacio rentado luego de más de 10 diez años de trabajo no remunerado con la comunidad. Esto da cuenta de valoración y reconocimiento del trabajo y el impacto en la población beneficiaria, ya que fue el propio municipio quien solicitó la implementación del programa "Musicoterapia para la comunidad". En este marco y formando parte de equipos de Centros de Atención Primaria de la Salud (CAPS) se observan también una serie de factores que atentan contra la salud de los profesionales y personal que allí ejercen. Entre otros: bajo presupuesto en sueldos, sobrecarga de trabajo, injusticias y/o inequidad en tareas y honorarios, contratos diversos ante similares funciones, falta de reconocimiento por la tarea desempeñada, no intervención en las políticas de salud, entre otros.

El encuentro entre las dos profesionales, con sus diferentes recorridos, resultó enriquecedor. La articulación de la clínica y el trabajo en prevención en el área de la salud pública brindaron miradas que ampliaron los horizontes individuales.

De esta experiencia y a partir del registro de indicadores observados en medios de comunicación masiva y de investigaciones al respecto se destaca como necesario un aporte, desde la musicoterapia, en el cuidado de los profesionales de la salud.

Se considera necesaria la realización de trabajo de campo en equipos de profesionales de la salud indagando sus conocimientos respecto al BO, la autopercepción del mismo y la valoración que le adjudican a disciplinas expresivas y lúdicas como la musicoterapia como posible herramienta preventiva.



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR